

THÔNG BÁO TIÊU CHUẨN THAM GIA HIỂN MÁU

1. Ai có thể tham gia hiến máu?

- + Tất cả mọi người **khỏe mạnh** từ đủ 18 đến 60 tuổi, cân nặng trên 45kg.
- + Không bị nhiễm hoặc không có các hành vi lây nhiễm HIV và các bệnh lây nhiễm qua đường truyền máu khác.
- + Thời gian giữa 2 lần hiến máu là 12 tuần đối với cả Nam và Nữ.

2. Ai là người không nên hiến máu?

- + Người đã nhiễm hoặc có các hành vi có nguy cơ cao lây nhiễm HIV, viêm gan B, viêm gan C và các bệnh lây qua đường máu:
 - Người tiêm chích ma túy.
 - Người có nhiều bạn tình.
 - Người có quan hệ tình dục không an toàn (quan hệ tình dục ngoài hôn nhân không sử dụng bao cao su)
 - Bất kỳ người nào có quan hệ tình dục với nhóm người có nguy cơ cao.
- + Người có các bệnh mãn tính: tim mạch, huyết áp, hô hấp, dạ dày, ...

3. Máu sau khi hiến sẽ được làm những xét nghiệm gì?

- + Tất cả những đơn vị máu thu được sẽ được kiểm tra nhóm máu (ABO - Rh), HIV, Virus viêm gan B, Virus viêm gan C, Giang mai, Kháng thể bất thường, HTLV1.

4. Máu gồm những thành phần và chức năng gì?

- + Máu là một chất lỏng lưu thông trong các mạch máu của cơ thể, gồm nhiều thành phần, mỗi thành phần làm nhiệm vụ khác nhau:
- + Hồng cầu làm nhiệm vụ chính là vận chuyển oxy
- + Bạch cầu làm nhiệm vụ bảo vệ cơ thể.
- + Tiểu cầu tham gia vào quá trình đông cầm máu.
- + Huyết tương: gồm nhiều thành phần khác nhau: kháng thể, các yếu tố đông máu, các chất dinh dưỡng...

NHU CẦU MÁU Ở NƯỚC TA HIỆN NAY

- + Mỗi năm nước ta cần khoảng 1.900.000 đơn vị máu điều trị, mỗi ngày cả nước cần khoảng 5.200 đơn vị máu.
- + Máu cần cho điều trị hằng ngày, cho cấp cứu, cho dự phòng các thảm họa, tai nạn cần truyền máu với số lượng lớn.
- + Hiện tại chúng ta đã đáp ứng được khoảng trên 50% nhu cầu máu cho điều trị.
- + Mỗi giờ có hàng trăm người bệnh cần phải được truyền máu vì:
 - Bị mất máu do chấn thương, tai nạn, thảm họa, xuất huyết tiêu hóa ...
 - Do bị các bệnh gây thiếu máu, chảy máu: ung thư máu, suy tủy xương, máu khó đông, ...
 - Các phương pháp điều trị hiện đại cần truyền nhiều máu: phẫu thuật tim mạch, ghép tạng ...

NHỮNG LỜI KHUYÊN TRƯỚC VÀ SAU KHI HIẾN MÁU

NÊN:

- Ăn nhẹ và uống nhiều nước (300 – 500ml) trước khi hiến máu.
- Ăn đủ và uống nhiều nước 24 giờ sau hiến máu.
- Nằm hoặc ngồi nghỉ tại chỗ 10 phút sau hiến máu.
- Đè chặt miếng bông cầm máu nơi kim chích 10 phút, giữ băng keo cá nhân trong 4 – 6 giờ.
- Nằm nghỉ đầu thấp, kê chân cao nếu thấy chóng mặt, mệt, buồn nôn.
- Chườm khăn lạnh và nước đá nếu vết chích bị sưng, bầm tím.

KHÔNG NÊN:

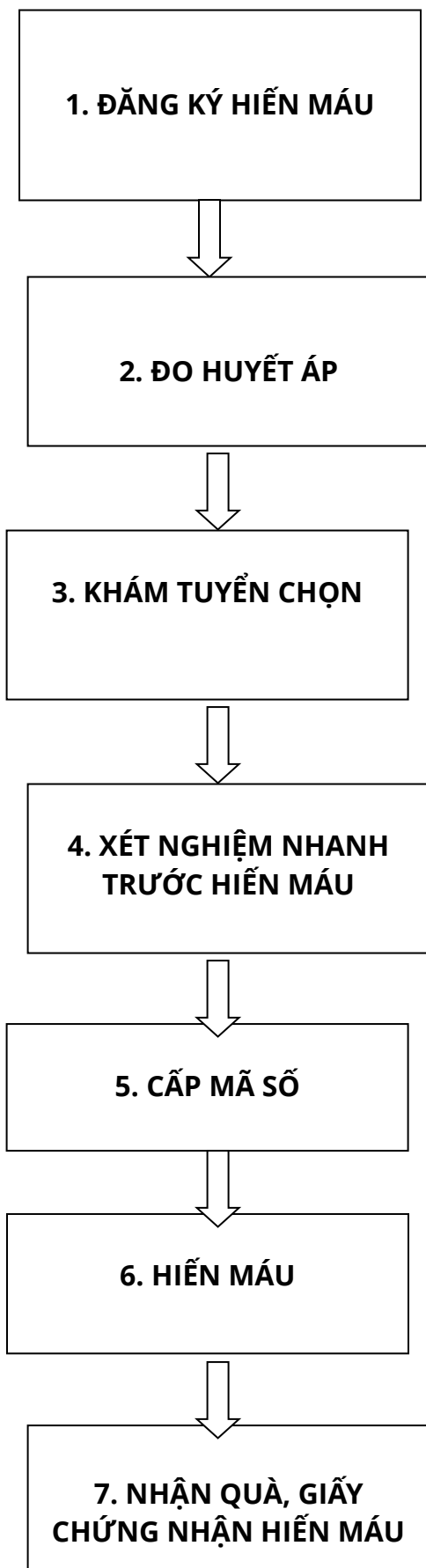
- Uống sữa, rượu, bia, trước khi hiến máu.
- Lái xe đi xa, khâu vá, làm việc nặng hoặc tập luyện thể thao gắng sức trong ngày lấy máu.

LƯU Ý:

Nếu phát hiện chảy máu tại chỗ:

- Giơ cao tay
- Lấy tay kia ấn nhẹ vào miếng bông hoặc băng dính
- Thay miếng bông và băng dính khác .

QUY TRÌNH HIẾN MÁU



Bước 1, bạn sẽ phải:

- Điền đầy đủ, chính xác thông tin cá nhân.
- Trả lời một số câu hỏi về sức khỏe, tiền sử y khoa.
- Ký tên tự nguyện hiến máu.

Bước 2:

- Bạn được kiểm tra mạch, huyết áp trước hiến máu.

Bước 3:

- Bạn phải trung thực về tình trạng sức khỏe của mình.
- Bác sĩ khám, khai thác tiền sử y khoa và quyết định bạn có được hiến máu hay không.

Bước 4:

Sau khi khám, bạn được kiểm tra xét nghiệm nhanh trước hiến máu

Bước 5:

Trước khi hiến máu, bạn được cấp mã số hiến máu.

Bước 6:

- Bạn được lấy máu bởi một kỹ thuật viên/điều dưỡng.
- Thời gian lấy máu từ 5-7 phút.

Bước 7: Hiến máu xong:

- Bạn được nhận giấy chứng nhận hiến máu tình nguyện, quà tặng.
- Nghỉ ngơi ít nhất 10 phút trước khi rời khỏi điểm hiến máu.